Наставленіе

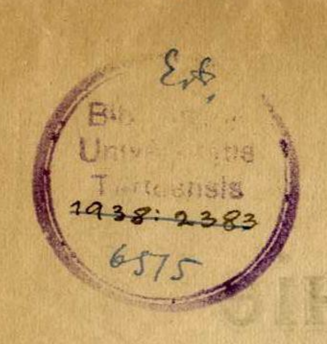
о мѣрахъ личнаго предохраненія отъ холеры.

(Изъ „Правительственнаго Вѣстника“ № 142 1892 г.)

(Напечатано по распоряженію Коммиссія назначенной Ревельскою Городскою Думою для принятія мѣръ противъ занесенія и распространенія холеры.)

Ревель, 1892 г.

Печатано типографіею Наслѣдниковъ Линдфорса.



1. При появленіи холерныхъ заболѣваній, не слѣдуетъ безъ особой и дѣйствительной надобности покидать своего мѣста жительства, такъ какъ страхъ и неизбѣжно связанные съ поспѣшнымъ переселеніемъ — неправильный образъ жизни, при неправильной діэтѣ, и лишеніе удобнаго помѣщенія и врачебной помощи — увеличиваютъ опасность заболѣванія, какъ во время пути, такъ и по прибытіи на мѣсто. Такое бѣгство изъ мѣстъ, гдѣ появилась холера, далеко не оправдывается уже тѣмъ, что каждый гораздо успѣшнѣе можетъ предохранить себя отъ холеры въ своемъ домѣ, слѣдуя извѣстнымъ предписаніямъ относительно образа жизни и тѣхъ предосторожностей, какія нужно принимать во время холерной эпидеміи. Зараза всегда разносится пріѣзжими изъ мѣстъ, пораженныхъ холерою, а потому каждый долженъ остерегаться принимать къ себѣ лицъ, пріѣзжающихъ изъ неблагополучныхъ по холерѣ мѣстностей; о пріѣздѣ такихъ лицъ хозяева домовъ и квартиръ должный немедленно извѣщать черезъ полицію мѣстную медицинскую власть, для принятія необходимыхъ мѣръ предосторожности.

2. Во время холеры не слѣдуетъ мѣнять привычнаго и правильнаго образа жизни. Излишняя осторожность въ діэтѣ, къ которой прибѣгаютъ иногда подъ вліяніемъ страха, скорѣе принесетъ вредъ, чѣмъ пользу.

Опытъ учитъ, что заболѣванію холерой болѣе всего способствуютъ всякія разстройства пищеваренія. Поэтому слѣдуетъ остерегаться всего, что можетъ вызвать такія разстройства, какъ неумѣренность въ пищѣ и питьѣ. Вообще, нужно придерживаться діэты правильной и простой, не вы... ...ить изъ дому натощакъ, а выпить передъ тѣмъ горя... ...чая или кофе и съѣсть кусокъ вареного или жаренаго ...ицъ въ смятку, и. т. п., и, вообще, не оставаться ...олоднымъ. Обѣдать слѣдуетъ въ опредѣленный ...мъ обѣдъ долженъ состоять изъ немногихъ, ...тяжелыхъ блюдъ. Нужно избѣгать кушаній

жирныхъ, недостаточно провареныхъ, слишкомъ холодныхъ или возбуждающихъ сильную жажду, а тѣмъ болѣе приготовленныхъ изъ припасовъ несвѣжихъ или испорченныхъ. Употребленіе подобныхъ кушаній на ночь еще вреднѣе, чѣмъ днемъ.

Умѣренное употребленіе овощей, зелени и плодовъ для лицъ, привыкшихъ къ нимъ, позволительно и въ холерное время, при здоровомъ состояніи желудка, въ очищенномъ или проваренномъ видѣ и натощакъ. Вредно лишь злоупотребленіе этими припасами, въ особенности недозрѣлыми или переспѣлыми, а тѣмъ болѣе испорченными или загнившими. Всякая зелень, употребляемая въ пищу въ сыромъ видѣ, должна быть предварительно очищена и нѣсколько разъ перемыта въ чистой отварной водѣ.

Нужно остерегаться въ особенности всего того, чтб можетъ вызвать поносъ, при появленіи котораго слѣдуетъ немедленно обращаться къ помощи врача.

Безусловно не слѣдуетъ употреблять въ пищу припасовъ изъ того дома, гдѣ находятся холерные больные.

Пищевые припасы, происхожденіе которыхъ неизвѣстно или сомнительно, должны быть употребляемы въ пищу не иначе, какъ въ вареномъ или жареномъ видѣ. Въ особенности, необходимо остерегаться въ такихъ случаяхъ употребленія сырого некипяченаго молока.

Съѣстные всякаго рода припасы въ лѣтнее время нужно, по возможности, тщательно защищать отъ мухъ.

Столовая посуда и утварь передъ употребленіемъ ихъ должны быть вымыты въ прокипяченой, по возможности, горячей водѣ.

3. Безусловно нужно остерегаться пить воду, загрязненную какими-либо нечистотами и отбросами. Вода мелкихъ колодцевъ въ заселенныхъ мѣстахъ, а также вода каналовъ, прудовъ, рѣчекъ обыкновенно бываетъ загрязнена разными нечистотами, стекающими съ поверхности почвы и потому должна считаться сомнительною и даже опасною.

Если нѣтъ возможности получать воду родниковую или изъ хорошихъ глубокихъ колодцевъ, то вообще не слѣдуетъ утолять жажду сырою водою, а лучше тепловатымъ чаемъ или водою прокипяченою и остывшею, прибавляя къ ней немного краснаго вина, сиропа или лимона. Безопасно также пить хорошій хлѣбный квасъ или сухарную комнатную воду, въ особенности съ прибавленіемъ мяты, а также

въ небольшомъ количествѣ хорошее пиво, но отнюдь не слѣдуетъ довѣряться качествамъ продажнаго кваса, кислыхъ щей, лимонадовъ и т. п. напитковъ.

Не слѣдуетъ никогда утолять жажду заразъ большими пріемами питья или питьемъ слишкомъ холоднымъ, въ особенности при разгоряченномъ состояніи тѣла.

Умѣренное употребленіе спиртныхъ напитковъ во время холерной эпидеміи можетъ быть разрѣшаемо; злоупотребленіе-же ими весьма вредно и, какъ показываетъ опытъ, пьяницамъ наиболѣе угрожаетъ опасность заболѣть холерой.

Все сказанное о водѣ собственно для питья въ холерное время относится и ко всякой водѣ, употребляемой въ домашнемъ обиходѣ, такъ какъ находящееся въ ней заразное начало холеры можетъ быть введено въ организмъ и съ водой, служащей для обмыванія кухонной и столовой посуды, съѣстныхъ припасовъ, для умыванія и т. п. Употребляя съ этою цѣлью сомнительную воду, слѣдуетъ предварительно ее прокипятить.

4. Все вредно дѣйствующее и ослабляющее организмъ предрасполагаетъ къ заболѣванію разными болѣзнями, въ томъ числѣ и холерой. Поэтому, во время холерной эпидеміи не слѣдуетъ чрезмѣрно утомлять себя физическимъ или умственнымъ трудомъ, продолжительнымъ бодрствованіемъ, всякими излишествами, напр. попойками, кутежами, и т. п. Равнымъ образомъ, нужно избѣгать простуды, одѣваясь соотвѣтственно времени года и погоды, слѣдуетъ пользоваться свѣжимъ воздухомъ, но не гулять въ мѣстахъ сырыхъ, особенно послѣ саката солнца, не ложиться и не спать на голой и сырой землѣ, избѣгать случаевъ промокнуть подъ дождемъ или промочить ноги, возможно теплѣе содержать животъ съ помощью фланелеваго или суконнаго набрюшника.

5. Какъ можно тщательнѣе слѣдуетъ соблюдать чистоту всего тѣла, одежды, постели и жилья, для чего нужно пользоваться ваннами или баней; купанья-же въ морѣ или въ рѣкѣ могутъ быть разрѣшаемы только привычнымъ людямъ и съ соблюденіемъ общеизвѣстныхъ предосторожностей, а именно: не купаться въ слишкомъ холодной водѣ, очень рано утромъ или поздно вечеромъ, натощакъ или съ переполненнымъ желудкомъ тотчасъ послѣ обѣда. Равно нужно избѣгать купаній въ мелководныхъ и загрязненныхъ прудахъ и рѣчкахъ, а также и въ баняхъ, получающихъ воду изъ грязныхъ источниковъ. Бѣлье постельное и носильное

необходимо мѣнять чаще, озабочиваясь приэтомъ, чтобы при стиркѣ оно подвергалось бученью въ горячемъ щелокѣ.

Въ ясные и теплые дни слѣдуетъ открывать окна и двери для провѣтриванія и просушки жилыхъ помѣщеній; въ сырую-же и ненастную погоду протапливать печи, не закрывая послѣ того трубы. Всякіе курительные порошки, свѣчки, бумажки и другіе составы совершенно безполезны для очищенія воздуха. Не допускать въ жилыхъ помѣщеніяхъ накопленія грязныхъ ночныхъ горшковъ, помоевъ, отбросовъ, грязнаго бѣлья, мусору, пыли и т. п., наблюдая приэтомъ, чтобы такого рода нечистоты не выливались и не выбрасывались прямо на улицу и дворы, въ особенности въ сосѣдствѣ съ колодцами или рѣками, не выливать ихъ также въ отхожія мѣста, но удалять въ особыя, нарочно для сего устроенныя, мусорныя ямы.

6. Каждый холерной больной можетъ дать поводъ къ развитію очага заразы, а потому, если возможно, лучше отправить его немедленно въ больницу, чѣмъ лѣчить на дому. Во всякомъ случаѣ лицамъ, не ухаживающимъ за больными, не слѣдуетъ безъ особой надобности приходить съ ними въ соприкосновеніе; не слѣдуетъ посѣщать домовъ, гдѣ есть холерные больные, тѣмъ лицамъ, которыхъ не призываютъ сюда обязанности или добровольное желаніе помогать больнымъ. Равнымъ образомъ, не слѣдуетъ посѣщать всякихъ многолюдныхъ собраній или сборищъ.

Въ помѣщеніяхъ, гдѣ есть холерные больные, безусловно не слѣдуетъ принимать пищи или питья.

Изверженія холерныхъ больныхъ, равно и всѣ предметы, запачканные изверженіями, необходимо немедленно обеззараживать, для чего можно употреблять слѣдующія средства: 1) смѣсь свѣжегашеной извести съ водой въ количествѣ двухъ фунтовъ на ведро воды (смѣсь эта весьма пригодна для обеззараживанія изверженій отхожихъ мѣстъ и помѣщеній послѣ холерныхъ); 2) растворъ изъ 1 фунта бѣлильной (хлориновой) извести на ведро воды; 3) растворъ чистой карболовой кислоты, — 5 золотниковъ на бутылку или 1 фунтъ на ведро воды.

Платье и бѣлье, запачканное изверженіями холерныхъ, сжигается или кипятится въ водѣ, съ прибавленіемъ небольшаго количества соды или поташа, въ теченіе получаса, или кладется на 24 часа въ растворъ хлориновой извести или карболовой кислоты, смотря по тому, что будетъ удоб-

нѣе въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ. Послѣ этого, вещи уже могутъ идти въ стирку.

Изверженія холерныхъ больныхъ, по возможности, должны быть собираемы въ посуду, куда предварительно вливается одинъ изъ вышесказанныхъ обеззараживающихъ растворовъ (лучше всего смѣсь извести съ водой или растворъ карболовой кислоты), и въ смѣси съ этимъ растворомъ остаются не менѣе трехъ часовъ, послѣ чего холерныя изверженія могутъ безопасно быть вынесены въ отхожія мѣста или клозеты. Посуду, въ которой находятся изверженія, слѣдуетъ послѣ того еще разъ выполаскать дезинфецирующимъ растворомъ. Необеззараженныя заранѣе изверженія холерныхъ больныхъ выливать куда бы то ни было — положительно воспрещается.

Полъ и всѣ другіе предметы, запачканные изверженіями холерныхъ больныхъ, сначала вытираются досуха тряпками (которыя тотчасъ-же сжигаются или бросаются въ обеззараживающій растворъ), а затѣмъ уже обильно обливаются обеззараживающими растворами карболовой кислоты или хлористой извести.

Всѣ вещи, которыя были въ соприкосновеніи съ холернымъ больнымъ и не могли быть сожжены или прокипячены въ водѣ или-же погружены въ обеззараживающій растворъ и тщательно имъ обмыты со всѣми предосторожностями (въ видѣ узловъ, завернутыхъ въ простыни, смоченныя обеззараживающимъ растворомъ), отправляются въ дезинфекціонныя заведенія, если таковыя устроены для обеззараживанія помощью горячаго пара. Въ противномъ случаѣ такіе предметы должны быть оставлены безъ употребленія, по меньшей мѣрѣ, въ теченіе 6 дней и провѣтриваться въ сухомъ мѣстѣ и по возможности на солнцѣ. Помѣщеніе, въ которомъ былъ холерный больной, слѣдуетъ, затѣмъ, обеззаразить, выбѣливши заново стѣны и потолокъ известью и обмывши полъ, двери и прочее обеззараживающимъ растворомъ. Такое помѣщеніе не должно быть занимаемо, по крайней мѣрѣ, 6 дней, въ теченіе которыхъ его слѣдуетъ провѣтривать и просушивать, чему полезно еще способствовать топкою печей.

Лица, приходившія въ соприкосновеніе съ холерными или съ ихъ бѣльемъ и постелями, должны тщательно обмывать руки мыломъ, а потомъ растворомъ карболовой кислоты.

Настойчиво предлагается также не прикасаться къ пищѣ невымытыми предварительно руками.

Въ случаѣ смерти отъ холеры, покойника обмывать не слѣдуетъ; онъ одѣвается въ бѣлье, смоченное въ десинфецирующемъ растворѣ, и удаляется изъ дома возможно скорѣе въ закрытомъ наглухо гробѣ, причемъ слѣдуетъ также безусловно избѣгать устройства многолюдныхъ похоронъ, панихидъ и поминокъ.

Одежда, бѣлье о постель, принадлежавшія холернымъ больнымъ или умершимъ отъ холеры, не могутъ быть проданы или подарены кому-либо или посланы въ другое мѣсто безъ предварительнаго надлежащаго ихъ обеззараженія.

Занимающіеся стиркой бѣлья холерныхъ приступаютъ къ таковой только послѣ его обеззараженія.

Въ виду того, что люди бѣдные, находящіеся въ дурныхъ условіяхъ жизни, наиболѣе подвержены опасности заразиться холерою, которая не щадитъ потомъ и другіе, болѣе состоятельные, классы населенія, желательно, чтобы послѣдніе, изъ чувства человѣколюбія, а также и для собственной безопасности, пришли на помощь неимущимъ. Помощь эта въ холерное время можетъ наилучше выразиться: открытіемъ безплатныхъ или очень дешевыхъ столовыхъ для ежедневной раздачи бѣднымъ достаточной и хорошей пищи; устройствомъ чайныхъ, ночлежныхъ пріютовъ, съ выдачею безплатныхъ билетовъ для пользованія такими пріютами; снабженіемъ нуждающихся одеждою, бѣльемъ, топливомъ, а также обеззараживающими и лѣкарственными средствами. Столовыя и ночлежные пріюты должны непремѣнно быть такъ устроены, чтобы не служить очагами заразы, то есть, чтобы обращалось самое строгое вниманіе на ихъ чистоту, просторность, и чтобы отхожія мѣста при нихъ правильно обеззараживались. Весьма важно было бы также позаботиться, чтобы для бѣднѣйшаго люда былъ, по возможности, удешевленъ доступъ въ бани.

При всякомъ недомоганіи во время холеры, въ особенности при поносѣ или необыкновенной жаждѣ, слѣдуетъ немедленно обращаться къ помощи врача. Неправильно полагаютъ нѣкоторые, что холера со всѣми ея бурными припадками обнаруживается внезапно у совершенно здороваго человѣка. Напротивъ, въ громадномъ большинствѣ случаевъ, обыкновенно за 1—2 дня, а иногда и раньше, являются предвѣстники заболѣванія: общее недомоганіе, слизисто-водянистый поносъ съ урчаніемъ и болями въ животѣ или-же безъ болей, потеря аппетита, тошнота, а иногда

легкія судорожныя подергиванія въ ногахъ, преимущественно въ икрахъ. Поносъ — это главный предвѣстникъ холеры и, какъ бы незначителенъ онъ ни былъ, нельзя пренебрегать имъ въ холерное время, такъ какъ, предоставленный самому себѣ, онъ весьма часто переходитъ въ тяжелое заболѣваніе холерой, и, наоборотъ, развитіе холеры въ многихъ случаяхъ предупреждается правильнымъ лѣченіемъ предшествующаго ей поноса. При засореніи живота и его пученіи, полезно принять ложку касторовагo или прованскаго масла, при строжайшей діэтѣ.

Въ случаѣ заболѣванія поносомъ, до прибытія врача слѣдуетъ лечь въ постель и, воздерживаясь отъ всякой пищи, напиться чаю, настоя ромашки или мяты, чтобы вызвать легкую испарину.

Если поносъ усилится, при сильной жаждѣ, слѣдуетъ давать больному пить отваръ риса или кипяченую остуженную воду съ яичнымъ бѣлкомъ; на животъ положить припарку изъ горячей золы или овса, въ салфеткѣ или полотенцѣ, и поставить подъ ложечкой горчичникъ. При усиленіи поноса и когда присоединится рвота, охлажденіе тѣла и судороги конечностей, тогда, въ ожиданіи прибытія врача, нужно стараться согрѣть больнаго, растирая его тѣло фланелью съ теплымъ камфарнымъ спиртомъ или водкой съ солью, къ конечностямъ положить бутылки или кувшины съ горячей водой, дѣлать теплыя ванны. Жажду утоляютъ глотаніемъ кусочковъ льда или самыми малыми глотками отварной охлажденной или даже замороженной воды; для поддержанія силъ дается хорошее вино въ небольшомъ количествѣ или водка, валеріановыя и гофманскія капли.

Настоятельно необходимо остерегаться необдуманнаго употребленія разныхъ средствъ, въ особенности содержащихъ опій, восхваляемыхъ обыкновенно противъ холеры безъ всякаго основанія и часто только со спекулятивною цѣлью. Такія средства, принимаемыя безъ указаній врача, не только безполезны, но часто бываютъ и вредны.

Дозволено цензурою. Ревель, 23-го Іюля 1892 г.